

Be your best Marathon Team PerForm

per la Giornata Internazionale dello Yoga

mercoledì **21** giugno dalle 18 alle 21

È il nostro giorno, PerFormers, celebriamolo insieme!

Una staffetta per celebrare lo yoga con i vostri istruttori del cuore: entra quando vuoi e rimani a praticare per tutto il tempo di cui hai bisogno.

SALA B

18.00 > 18.20 con Ilaria
18.25 > 18.45 con Camilla
18.50 > 19.10 con Gary
19.15 > 19.35 con Anna
19.40 > 19.55 con Alex

Alle ore 20.00 sarà possibile accedere alla pratica mindfulness condotta da Maurizio o provare l'ebbrezza di passare dalla terra al cielo partecipando alla classe di aeroyoga con Gary.

Ogni partecipante è libero di restare per una o più pratiche, con l'invito speciale a rimanere per l'intera durata dell'evento.

Sarà una possibilità per conoscere insegnanti con cui non hai ancora praticato, lasciandoti guidare in un flow speciale e unico dedicato al solstizio e al benessere del corpo e della mente.

Be your best PerFormers
e buon 21 giugno
in via Battisti



Evento a ingresso libero per tutti i Soci di PerForm ASD, la prenotazione non è necessaria e l'ingresso è garantito fino a capienza massima di sala.

performtrieste.com